

## Rezept

# Schneller Roastbeefsalat mit Kürbiskernöl

Ein Rezept von Schneller Roastbeefsalat mit Kürbiskernöl, am 28.06.2026

## Zutaten

<b>2</b> große Paprikaschoten (rot oder gelb)	<b>1</b> große Zwiebel (rot oder weiß)
<b>350 g</b> Roastbeef (in dünnen Scheiben)	<b>½ Bund</b> Schnittlauch
<b>3 EL</b> Apfelessig	<b>2 EL</b> Gemüsebrühe
<b>2 TL</b> scharfer Senf	<b>1 TL</b> flüssiger Honig (z. B. Akazienhonig)
Salz	Pfeffer
<b>1 Prise</b> gemahlener Kümmel (nach Belieben; ersatzweise Koriander)	<b>7 EL</b> Kürbiskernöl

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 620 kcal

## Zubereitung

1. Die Paprikaschoten vierteln, putzen, waschen und in feine Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen, vierteln und ebenfalls in feine Streifen schneiden. Das Roastbeef in etwas dickere Streifen schneiden. Den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden.
2. Den Essig mit der Gemüsebrühe (ersatzweise 2 EL Wasser), dem Senf, dem Honig, Salz, Pfeffer und nach Belieben dem Kümmel gut verrühren. Das Kürbiskernöl mit einer Gabel unterschlagen.
3. Paprika-, Zwiebel- und Roastbeefstreifen mit dem Schnittlauch mischen. Das Dressing unterrühren und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Salat sofort servieren oder ca. 1 Std. zugedeckt durchziehen lassen. Dazu schmeckt dunkles Brot oder Bratkartoffeln.